

ДИСТАНЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ №14.

«C-WALK»

СВЯЗКА ИЗ

БАЗОВЫХ

ДВИЖЕНИЙ





**ДАННОЕ ЗАНЯТИЕ
ПРЕДНАЗНАЧЕНО ДЛЯ УЧАЩИХСЯ
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ
«ФРИЗ». ЗАНЯТИЕ ПРЕДЛАГАЕТ
ПРОДОЛЖИТЬ ОБУЧЕНИЕ
ИСКУССТВУ БРЕЙК-ДАНСА В
ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ.**

ТЕМА ЗАНЯТИЯ: «С-WALK» СВЯЗКА ИЗ БАЗОВЫХ ДВИЖЕНИЙ.



**Цель занятия: ПРОДОЛЖИТЬ
ЗНАКОМСТВО СО СТИЛЕМ «С-WALK».
СОСТАВИТЬ СВЯЗКУ ИЗ БАЗОВЫХ
ДВИЖЕНИЙ, РАЗУЧЕННЫХ В
ДИСТАНЦИОННОМ УРОКЕ №13**

«CRIP WALK» ИЛИ «С-WALK» - СТИЛЬ СОВРЕМЕННОГО УЛИЧНОГО ТАНЦА, ОРИЕНТИРОВАННЫЙ НА ВИРТУОЗНУЮ ИМПРОВИЗИРОВАННУЮ РАБОТУ СТОП.

ТАНЕЦ «С-WALK» ПОЯВИЛСЯ В НАЧАЛЕ 70-Х 20 ВЕКА В КОМПТОНЕ, БЕДНОМ ПРИГОРОДЕ ЛОС-АНДЖЕЛЕСА, И ИСПОЛНЯЛСЯ ПОД РЭППЕРСКИЕ РЕЧЕВКИ. В НАЧАЛЕ 80-Х В ЮЖНОМ ЦЕНТРАЛЕ ЛОС-АНДЖЕЛЕСА «CRIP WALKING» СТАЛ РАЗВИВАТЬСЯ КАК СИМВОЛИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ БАНДЫ «CRIPS», ИЗ-ЗА ЧЕГО И ПОЛУЧИЛ СВОЕ НАЗВАНИЕ.

УЧАСТНИКИ ГРУППИРОВКИ ИСПОЛЬЗОВАЛИ ЛОВКИЕ ДВИЖЕНИЯ НОГ, ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ИЗОБРАЖАТЬ СВОЕ ИМЯ ИЛИ ПОДАВАТЬ БАНДИТСКИЕ ЗНАКИ, ПОСВЯЩАТЬ В БАНДУ НОВЫХ ЧЛЕНОВ. В КОНЦЕ 90-Х ДВИЖЕНИЯ ТАНЦА «С-WALK» ВОШЛИ В СОСТАВ БАЗОВЫХ ЭЛЕМЕНТОВ ХИП-ХОПА.

АДАПТАЦИИ «CRIP WALKINGA», ИЗНАЧАЛЬНО ВОЗНИКШЕГО, КАК НАБОР ГАНГСТЕРСКИХ, КЛАНОВЫХ ЖЕСТОВ И СИМВОЛИК, К ПОЗИТИВНО НАПРАВЛЕННОЙ ХИП-ХОП КУЛЬТУРЕ.



ТАНЦЕВАЛЬНАЯ СВЯЗКА - ЭТО НЕСКОЛЬКО ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ДВИЖЕНИЙ (3-5), РАЗУЧИВ КОТОРЫЕ, ВПОСЛЕДСТВИИ МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ КАК ЭЛЕМЕНТ ПОСТАНОВОЧНОГО ТАНЦА ИЛИ КАК ВСТАВКУ В ПРОИЗВОЛЬНОЙ КОМБИНАЦИИ. СВЯЗКА ТАКЖЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНА ДЛЯ СИНХРОННОГО ИСПОЛНЕНИЯ.



ДВИЖЕНИЯ МОЖНО ВЫПОЛНЯТ В ЛЮБОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ, ЭТО ПОЗВОЛИТ РАЗНООБРАЗИТЬ ВАШ ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ ВЫХОД.

И КОНЕЧНО, ЧЕМ БОЛЬШЕ И КАЧЕСТВЕННЕЕ ПОВТОРЕНИЙ ЭЛЕМЕНТОВ ВЫ СДЕЛАЕТЕ, ТЕМ БОЛЕЕ КРАСИВЫМИ И ВЫРАЖЕННЫМИ ОНИ БУДУТ.

ОБЯЗАТЕЛЬНО, ПЕРЕД ВЫПОЛНЕНИЕМ БАЗОВЫХ ДВИЖЕНИЙ, РАЗОГРЕЙТЕ И РАЗОМНИТЕ СВОИ ГОЛЕНОСТОПЫ!

- **1. ПООЧЕРЕДНЫЕ ПОДЪЕМЫ НА НОСКИ И ПЯТКИ,
10-12 ПОВТОРЕНИЙ.**
- **2. ВРАЩЕНИЕ ГОЛЕНОСТОПА КАЖДОЙ НОГИ ПО
ЧАСОВОЙ СТРЕЛКИ И В ОБРАТНОМ НАПРАВЛЕНИИ,
10-12 ПОВТОРЕНИЙ.**
- **3. ЛЕГКИЕ, НЕ ВЫСОКИЕ ПРЫЖКИ (5-10 СМ. ОТ
ПОЛА) НА МЕСТЕ .**

**ТЕПЕРЬ ВЫ ГОТОВЫ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ИЗУЧЕНИЮ
СТИЛЯ
«C-WALK»**



ЗАДАНИЯ:

1. ПОСМОТРЕТЬ ВИДЕО ПО ССЫЛКАМ:

[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=RITJ5XGYG4I&LIST=LLWGFQYYSR4NCDKCN5BPZF5G&INDEX=3&T=0S](https://www.youtube.com/watch?v=RITJ5XGYG4I&list=LLWGFQYYSR4NCDKCN5BPZF5G&index=3&t=0s)

[HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=XY4GDINGOM8&LIST=PLIBVIE MZK2ON7ZNPEBZXU3ODKLKAALIXJ](https://www.youtube.com/watch?v=XY4GDINGOM8&list=PLIBVIE MZK2ON7ZNPEBZXU3ODKLKAALIXJ)

2. ОТРАБОТАТЬ ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ТАНЦЕВАЛЬНОГО НАПРАВЛЕНИЯ «С-WALK» И СОСТАВИТЬ ИЗ НИХ СВЯЗКУ В ЛЮБОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ.

В РАБОТЕ, ИСПОЛЬЗУЙ ЗЕРКАЛО.

3. СДЕЛАЙ ФОТО (ВИДЕО) ТВОИХ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ЭЛЕМЕНТОВ И ОТПРАВЬ ИХ ПО АДРЕСУ:

DANCEROMAN@GMAIL.COM .

